

# JAK UDZIELAĆ PIERWSZEJ POMOCY W STANACH NAGŁYCH

OMDLENIA	ZŁAMANIA	KRWAWIENIA I KRWOTOKI	OPARZENIA	ZATRUCIA
<p>To krótka i chwilowa utrata przytomności spowodowana spadkiem ciśnienia tętniczego krwi.</p> <p><b>Przyczyny:</b>  <b>statyczne</b> – zbyt długie stanie w jednym miejscu bez ruchu, lub zbyt szybkie podniesienie się z siedzenia lub leżenia do pionu</p> <p><b>zła wiadomość</b>  <b>nieprzyjemne odczucia wzrokowe i węchowe</b> – widzenie krwi sączącej się z rany</p> <p><b>błędy dietetyczne</b> - zbyt intensywne odchudzanie się, nagły spadek cukru</p> <p><b>przebywanie w pomieszczeniach o małej zawartości tlenu</b></p> <p><b>Postępowanie:</b>            1. Ułożenie na wznak, z nogami lekko</p>	<p>Dzielimy na otwarte i zamknięte:</p> <p>- zamknięte: ograniczenie ruchomości, ból, obrzęk, zasinienie, zachowana ciągłość skóry</p> <p>- otwarte: ograniczenie ruchomości, ból, obrzęk, zasinienie, przerwana ciągłość skóry, krwawienie.</p> <p><b>Postępowanie:</b>            1. Posadzić lub położyć uszkodzonego</p> <p>2. Za pomocą sztywnego przedmiotu unieruchomić dwa sąsiednie stawy, jeśli uszkodzona jest kość, lub dwie sąsiednie kości, jeśli uszkodzony jest staw</p> <p>1. Nie podawać środków przeciwbólowych, nie</p>	<p><b>Dzielimy na:</b></p> <p>- zewnętrzne – krew wydobywa się na zewnątrz rany</p> <p>- wewnętrzne – krew nie ma ujścia na zewnątrz i gromadzi się w jamie ciała</p> <p>- żyłne – krew ciemnoczerwona, wypływa wolno</p> <p>- tętnicze – krew jasnoczerwona, wypływa pod dużym ciśnieniem</p> <p><b>Objawy:</b>            - osoba biała, spocona, tętno przyspieszone, osłabiona</p> <p><b>Postępowanie:</b>            1. Osobę posadzić lub położyć</p> <p>2. Założyć na ranę gazę</p> <p>3. Na ranę nie stosować waty, ligniny,</p> <p>4. Rany do szycia nie</p>	<p>Jest to uszkodzenie powierzchni skóry i tkanek głęboko położonych wskutek działania wysokiej temperatury, żrących substancji chemicznych, stałych, płynnych, gazowych, prądu elektrycznego, promieni słonecznych.</p> <p>Rozmiar uszkodzeń zależy od głębokości, rozległości, rodzaju czynnika termicznego, czasu działania.</p> <p><b>Postępowanie:</b>            1. Usunąć źródło termiczne</p> <p>2. Na uszkodzone tkanki stosować zimną wodę do ustąpienia bólu</p> <p>3. W przypadku oparzeń dużych</p>	<p>Jest to wtargnięcie do organizmu substancji w szkodliwej dla niego dawce.</p> <p><b>Przyczyny:</b>            - samobójstwa, zabójstwa</p> <p>- nadużycie leków, narkotyków, alkoholu</p> <p>- lekkomyślność – kierowca uruchamiający silnik w zamkniętym pomieszczeniu</p> <p>- nieświadomość – dzieci, które sięgają po tabletki, kolorowe detergenty</p> <p>- pomyłki – przechowywanie substancji w źle oznakowanych pojemnikach</p> <p>- praca bez zabezpieczeń ochronnych – opryski chemiczne</p> <p><b>Drogi wnikania:</b>            - ukł. pokarmowy – leki, alkohol, grzyby</p> <p>- ukł. oddechowy – gazy drażniące, tlenek i dwutlenek węgla</p> <p>- skóra i błony śluzowe –</p>

<p>uniesionymi</p> <p>2. Rozluźnienie ubrania wokół szyi,</p> <p><b>3. Nie wolno bić po twarzy i nie wolno polewać wodą !</b></p> <p><b>4. Nie wolno podawać żadnych leków</b></p> <p>5. Otworzyć okno, jeśli pomieszczenie jest duszne, lub wynieść na powietrze, jeśli nie jest za chłodno</p> <p>6. Ocenić stan przytomności, za pomocą kontaktu słownego i dotyku</p> <p>Jeśli nie odzyskuje przytomności po ponad 3 min. wezwać pogotowie ratunkowe</p>	<p>podawać nic do jedzenia i picia</p> <p>2. Uspokoić</p> <p>3. Jeśli złamanie otwarte – na ranę bardzo należy ułożyć gazę lub czystą ściereczkę a następnie unieruchomić</p> <p>4. Ocenić stan uszkodzonego</p> <p>5. Nie nastawiać samemu</p> <p>Wezwać karetkę lub wieźć samemu do szpitalnego oddziału ratunkowego</p>	<p>polewać środkiem dezynfekcyjnym</p> <p>5. Małe rany, zabrudzone umyć wodą z mydłem, przemyć środkiem dezynfekcyjnym</p> <p>6. Krwawienie tętnicze ucisnąć materiałem opatrunkowym i ręką w rękawiczce</p> <p>7. Stosować ochronę osobistą – rękawiczki ochronne</p> <p>8. Podnieść kończynę do góry</p> <p>9. Kończynę unieruchomić</p>	<p>powierzchni ciała okres schładzania należy skrócić do 1 minuty lub odstąpić, aby nie wychładzać nadmiernie organizmu</p> <p>4. Nie przekłuwać pęcherzy</p> <p>5. Zdjąć z palców biżuterię i ubranie jeśli nie przywarło do skóry</p> <p>6. Rany oparzeniowe osłaniać jałowym opatrunkiem</p> <p>7. Na miejsce oparzenia nie stosować maści, kremów i innych płynów</p> <p>Osoby z dużymi powierzchniami lub głębokimi ranami oparzeniowymi należy jak najszybciej przewieźć do szpitalnego oddziału ratunkowego</p>	<p>środki żrące, pestycydy - bezpośrednio do krwioobiegu – narkotyki</p> <p><b>Postępowanie:</b></p> <p>1. Zapewnić bezpieczeństwo i zabezpieczyć miejsce zdarzenia</p> <p>2. Poszkodowanego odizolować od trucizny</p> <p>3. Sprawdzić czynności życiowe</p> <p>4. Zebrać informacje: kiedy to się stało, jaka to substancja, ile wchłonęło się do organizmu?</p> <p>5. Wezwać pogotowie ratunkowe</p> <p>6. Zabezpieczyć ampułki, strzykawki, opakowania, rozlane substancje</p> <p>7. Do godziny od zatrucia u osób przytomnych prowokować wymioty</p> <p>8. W tym celu osobie dorosłej podać szklankę wody osolonej do wypicia i podrażnić tylną ścianę gardła</p> <p>9. Dzieciom podać wodę osłodzoną do wypicia i podrażnić tylną ścianę gardła</p> <p>10. W celu neutralizacji kwasów należy podać do</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				<p>wypicia mleko</p> <p>11. Zatrucie alkoholem metylowym (przemysłowym) należy zneutralizować podając do wypicia alkohol etylowy (spożywczy)</p> <p>12. W zatruciu lekami nie należy podawać wody, ani żadnego pokarmu , ponieważ przyspiesza wchłanianie</p> <p>13. W zatruciu substancją żrącą nie należy prowokować wymiotów, lecz rozcieńczać substancję poprzez popijanie małymi łyżkami wodę, lub surowe białko jaja kurzego</p> <p>14. Węgiel medyczny podaje się w ciągu godziny od zatrucia niektórymi lekami w dawce 1g/kg, nie należy podawać w zatruciu alkoholem, żelazem, ołowiem, węglowodorami, substancjami żrącymi</p> <p>15. W zatruciach gazami, czadem należy wynieść osobę poszkodowaną z zadymionego pomieszczenia, położyć lub posadzić, lub przewietrzyć pomieszczenie dostarczając świeżego powietrza</p>
--	--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				16. Osobę zatrutą ułożyć w pozycji bocznej, w celu zabezpieczenia górnych dróg oddechowych Ochronić przed utratą ciepła, przykrywając folią termiczną
--	--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## JAK UDZIELAĆ PIERWSZEJ POMOCY W STANACH NAGŁYCH

PORAŻENIE PRĄDEM, PORAŻENIE PIORUNEM	PODEJRZENIE ZAWAŁU	DRGAWKI (PADACZKA)	ZASADY POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU ZATRZYMANIA KRAŻENIA U DOROSŁYCH	CUKRZYCA
<p>Urazy powstałe wskutek porażenia prądem to: oparzenia, tężcowy skurcz mięśni, niewydolność serca i niewydolność oddechu</p> <p>Urazy powstałe wskutek porażenia piorunem to: krwawienie śródmózgowe, obrzęk mózgu i uszkodzenie nerwów obwodowych</p> <p><b>Postępowanie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Wyłączyć źródła</li> </ol>	<p><b>Objawy:</b> silny ból w klatce piersiowej promieniujący do żuchwy, jednej lub obu rąk, rozpierający, dławiący, utrzymujący się po odpoczynku, duszność, bladość powłok skórnych, lepki pot, przyspieszony oddech, niepokój, strach przed śmiercią, nie ustępuje po przyjęciu Nitrogliceryny.</p>	<p><b>Rodzaje:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Wady wrodzone neurologiczne</li> <li>Nowotwory</li> <li>Choroby naczyniowe</li> <li>Schorzenia zwyrodnieniowe</li> <li>Przyczyny toksyczne - objawy abstynencyjne – zaprzestanie zażywania niektórych substancji: alkoholu, leków, innych substancji</li> </ol>	<p>Bezpieczeństwo miejsca zdarzenia, Bezpieczeństwo własne i osoby poszkodowanej, ocena stanu przytomności (czy reaguje na słowo, czy reaguje na dotyk, Udrażniamy drogi oddechowe, podciągamy bródkę odchylamy głowę, ocena oddychania przez 10 sekund (czy słyszę oddech, czy czuję na policzku strumień</p>	<p><b>Hipoglikemia – niedocukrzenie, czyli obniżone stężenie glukozy w surowicy poniżej 50mg/100ml</b></p> <p><b>Objawy:</b> Pocenie się, kołatanie serca, nadciśnienie tętnicze krwi, przyspieszenie oddechu, biała skóra, drżenie ciała, podwójne widzenie, czasami drgawki, przemijające niedowład, zaburzenia pamięci, zmęczenie, ból głowy</p> <p><b>Postępowanie:</b></p>

<p>prądu</p> <p>2. Zachować własne bezpieczeństwo</p> <p>3. Do poszkodowanego nie podchodzić, dopóki nie jest bezpiecznie</p> <p>4. Ofierze porażenia piorunem udzielanie pomocy jest bezpieczne, jednak wskazane jest przenieść ją w bezpieczne miejsce</p> <p>5. Ocenic stan przytomności poszkodowanego i rozpocząć działania zgodnie z jego oceną, łącznie z resuscytacją krążeniowo-oddechową</p> <p>6. Nieprzytomnego oddychającego ułożyć w pozycji bocznej</p> <p>7. Nieprzytomnego nieoddychającego, rozpocząć resuscytację krążeniowo-oddechową</p> <p>8. Wezwać karetkę pogotowia</p> <p>9. Nawet najdrobniejsze uszkodzenia należy</p>	<p><b>Postępowanie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wezwać karetkę pogotowia</li> <li>2. Ułożenie w pozycji półsiedzącej</li> <li>3. Podać tabletkę Aspiryny (działa p/zakrzepowo), którą należy pogryźć lub rozkruszyć, popić dużą ilością wody – pacjentowi przytomnemu</li> <li>4. Nie podawać żadnych leków p/bólowych ani nasercowych</li> <li>5. Oceniać oddech i tętno</li> <li>6. Chory traci przytomność należy ułożyć w pozycji bocznej</li> </ol> <p>Brak oddechu i tętna – rozpocząć wykonywanie masażu serca i wentylacji 30 uciśnień : 2 oddechy .masaż prowadzimy dwiema rękami ułożonymi w środku klatki piersiowej, dolna część</p>	<p>- przedawkowanie leków – p/depresyjnych, p/drgawkowych</p> <p><b>6.</b> Zaburzenia metaboliczne - cukrzyca, zaburzenia równowagi elektrolitowej, uszkodzenia spowodowane niedotlenieniem i niedokrwieniem</p> <p><b>7.</b> Zakażenia – zapalenia opon mózgowych, mózgu</p> <p><b>8.</b> Rzucawka ciężarnych</p> <p><b>9.</b> Gorączka – szczególnie niebezpieczna u: noworodków, niemowląt, małych dzieci do 5 roku życia</p> <p><b>10.</b> Następstwa urazów czaszkowo-mózgowych.</p> <p><b>Objawy:</b> utrata przytomności, prężenia całego ciała, sinica, bezdech, drgawki poszczególnych mięśni lub całego ciała, szczękościsk, piana na ustach, bezwiedne oddanie moczu, gardłowe</p>	<p>wydychanego powietrza czy widzę ruchy klatki piersiowej), Po ocenie że nie oddycha wzywamy karetkę pogotowia i przystępujemy do masażu serca i wentylacji 30 uciśnień : 2 oddechy .masaż prowadzimy dwiema rękami ułożonymi w środku klatki piersiowej, dolna część mostka.</p>	<p>- Lekka hipoglikemia - chory przytomny, należy mu podać cukier, słodki napój, słodką herbatkę do wypicia</p> <p>- Położyć, unikać ruchu</p> <p>- Podać do zjedzenia banana, jogurt, kanapkę, lub posiłek z ziemniakami</p> <p>- Chory nieprzytomny – ułożyć w pozycji bocznej</p> <p>- Wezwać karetkę pogotowia</p> <p>Jeśli chory ma glukagon, należy wstrzyknąć go do mięśnia, ( glukagonu nie wolno wstrzykiwać w spadku cukru spowodowanym alkoholem i przedawkowaniem leków p/cukrzycowych), chory powinien odzyskać przytomność po ok. 30 min</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>skonsultować z lekarzem Po porażeniu piorunem następstwa mogą być bardzo odległe w czasie (po wielu latach jaskra).</p>	<p>mostka.</p>	<p>dźwięki <b>Postępowanie:</b> 1. Zabezpieczyć przed urazami: niebezpieczne przedmioty usunąć z otoczenia, chronić głowę przed urazami lekko podtrzymując lub podkładając coś miękkiego 2. Nie unieruchamiać siłą, występuje silny skurcz mięśni 3. Nie wkładać nic do jamy ustnej, występuje silny szczękocisk. Przez wkładanie przypadkowych przedmiotów można wyłamać zęby, uszkodzić śluzówkę jamy ustnej 4. Po napadzie ułożyć w pozycji bocznej, która udrażnia drogi oddechowe, zapobiega zachłyśnięciu się wydzieliną z jamy ustnej 5. Zabezpieczyć przed utratą ciepła - okryć 6. Oceniać układ krążenia i oddychania 7. Poszkodowany po</p>		
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

		<p>napadzie jest zamroczony, zdezorientowany, senny i zmęczony. Taki stan może utrzymać się kilka godzin</p> <p>8. Pierwszorazowy atak zawsze należy skonsultować z lekarzem neurologiem</p> <p>9. Temperaturę ciała powyżej 38oC należy obniżać poprzez stosowanie środków p/gorączkowych i zimnych okładów stosowanych na czoło, okolice szyi i obojczyków, powierzchni dłoni , grzbiety stóp, pachwiny, pachy, wewnętrzną stronę łokci</p> <p>10. Wezwać karetkę pogotowia</p> <p>Nie trzymać silnie drgających kończyn, by nie doprowadzić do złamań</p>		
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

